



Das Sportkursprogramm

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>Pilates Ruth Friedman Gymnastikhalle 08:30 – 09:30 I&A: 0951 / 99 38 947 info@pilatesstudio-bamberg.de</p>	<p>Qi Gong Gertrud Eiselen Gymnastikhalle 09:00 – 09:45 I&A: 0951/ 96 430 143</p>	<p>Nordic Walking Jutta Hermannsdörfer Bierkrugweg 09:30 – 10:30 I&A: 0951/ 5 80 61 -kostenfrei-</p>		<p>Gymnastik Anke Lang Gymnastikhalle 08:30 – 09:30 I&A: 0951/ 500 96 79</p>	<p>Kids Club: Ballspiele (4-9 Jahre) Hanna Krauß SVB Freigelände 09:00 – 10:00 I&A: 0176/61 26 99 53 hanna.krauss@gmx.net</p>	
	<p>Qi Gong Gertrud Eiselen Gymnastikhalle 10:15 – 11:00 I&A: 0951/ 96 430 143</p>	<p>Pilates Das Ganzkörpertraining Astrid Luntz-Hartwich Gymnastikhalle 09:00 – 10:00 -kostenfrei-</p>	<p>Bewegungstherapie nach Liebscher & Bracht Bärbel Brändlein Gymnastikhalle 10:00 – 11:00 I&A: 0951/ 2 999 350</p>	<p>Qi Gong Ingrid Scharf Gymnastikhalle 10:00 – 11:00 I&A: 0951/ 50 09 728</p>	<p>Training Schwimmabteilung Gymnastikhalle Konditionsraum 10:00 – 13:00</p>	
	<p>Gymnastik Anke Lang Gymnastikhalle 11:30 – 12:30 I&A: 0951/ 500 96 79</p>	<p>Indian-Yoga-Balance Gerlinde Franz Gymnastikhalle 10:30 -12:00 I&A: 0160/4138550</p>	<p>Bewegungstherapie nach Liebscher & Bracht Bärbel Brändlein Gymnastikhalle 11:00 – 12:00 I&A: 0951/ 2 999 350</p>			
		<p>Silver Ager – geistig und körperlich fit in die zweite Lebenshälfte Elisabeth Then Schwimmerzimmer 14:00 – 15:00 -kostenfrei-</p>	<p>Kids Club: Parcour und Bewegungsspiele (4-6 Jahre) Hanna Krauß SVB Freigelände 15:00 - 16:00 I&A: 0176/61 26 99 53</p>	<p>Hartha - Yoga Ingeborg Moritz Gymnastikhalle 12:00 – 13:30 I&A: Tel: 0951/ 29 222 oder 01525 / 413 01 04</p>		
<p>Kids Club: Laufen, Springen, Werfen (7-9 Jahre) Hanna Krauß SVB Freigelände 15:30 - 16:30 I&A: 0176/61 26 99 53 hanna.krauss@gmx.net</p>	<p>Kids Club: Laufen, Springen, Werfen (4-6 Jahre) Hanna Krauß SVB Freigelände 15:30 - 16:30 I&A: 0176/61 26 99 53 hanna.krauss@gmx.net</p>	<p>Seniorentischtennis NN Gymnastikhalle 13:45 – 15:45</p>	<p>Kids Club: Parcour und Bewegungsspiele (7-9 Jahre) Hanna Krauß SVB Freigelände 16:00 – 17:00 I&A: 0176/61 26 99 53 hanna.krauss@gmx.net</p>	<p>Kids Club: Turnen (4-6 Jahre) Hanna Krauß SVB Gymnastikhalle 16:00 - 17:00 I&A: 0176/61 26 99 53 hanna.krauss@gmx.net</p>	<p>Lauftreff und Nordic Walking Dr. Helmut Schötz SVB Start/Ziel 15:00 – 16:00 Keine Anmeldung notwendig -kostenfrei-</p>	
<p>Training Schwimmabteilung Gymnastikhalle Konditionsraum 15:15 – 17:30</p>	<p>Training Schwimmabteilung Gymnastikhalle Konditionsraum 16:00 – 17:30</p>	<p>Kids Club: Turnen (7-9 Jahre) Hanna Krauß Stegaurach, Aurachhalle 16:00 - 17:00 I&A: 0176/61 26 99 53 hanna.krauss@gmx.net</p>	<p>Training Schwimmabteilung Gymnastikhalle Konditionsraum 16:30 – 17:30</p>	<p>Training Schwimmabteilung Gymnastikhalle Konditionsraum 15:15 – 17:30</p>		
<p>Konditionstraining Dr. Helmut Schötz Gymnastikhalle Konditionsraum 18:00 – 19:00 -kostenfrei-</p>	<p>Gymnastik und Fitness Charlotte Doecke Gymnastikhalle 17:45 – 18:45 A: 0951 / 53 234 -kostenfrei-</p>	<p>Training Schwimmabteilung Gymnastikhalle Konditionsraum 16:00 – 17:30</p>				
	<p>Bewegungstherapie nach Liebscher & Bracht Bärbel Brändlein Gymnastikhalle 19:00 – 20:00 I&A: 0951/ 2 999 350</p>	<p>Bauchtanz Nicole Raab Gymnastikhalle 18:00 – 20:00 I&A: Tel: 0951/ 51 93 115</p>	<p>Variables Ganzkörpertraining mit Cardio-Anteil für Frauen über 40 K. Hellmich, S. Rosiwal, K. Högen Gymnastikhalle 19:00 – 20:00 I&A:0951/54371 bei S. Ullein</p>	<p>Konditionstraining Dr. Helmut Schötz Gymnastikhalle Konditionsraum 18:00 – 20:00 -kostenfrei-</p>		<p>Tanzkurs G.+H. Heikenwälder Gymnastikhalle 18:00 – 19:30 14-tägig I&A: 0951 4 32 01</p>
		<p>Lauftreff Marlies Fischer SVB Start/Ziel 18:00 – 19:00 keine Anmeldung notwendig</p>	<p>Ruedatraining Ingrid Standfuß Gymnastikhalle 20:15 – 21:30 I&A: Ingrid Standfuß</p>			

I: Information, A: Anmeldung
I&A: Information und Anmeldung

Alle Kursgebühren für Mitglieder, wenn nicht NM für Nichtmitglieder vermerkt ist.

kostenfreies Dauerangebot

Dauerangebot mit Kursgebühren

Kursangebot mit Kursgebühren